

физическом воспитании дошкольников элементы художественной гимнастики используются крайне редко и эпизодически.

Результаты нашего исследования проводимого на базе Муниципального образовательного учреждения № 89 г. Тулы позволяют нам утверждать, что художественная гимнастика является одним из эффективных средств физического воспитания детей старшего дошкольного возраста. Выполнение упражнений под музыку способствует оздоровлению, физическому развитию, а также воспитанию у детей 5-7 лет выразительности движений, оказывает также стимулирующее воздействие на развитие их психической сферы.

Наибольший развивающий и оздоровительный эффект систематических занятий художественной гимнастикой достигается при соблюдении следующих организационно-методических условий:

- наиболее полная реализация дидактических принципов обучения: сознательности, активности, систематичности, последовательности, доступности, прочности и наглядности;
- рациональное использование дидактических методов обучения и методов физического воспитания;
- оптимальное сочетание разнообразных средств физического воспитания дошкольников со специфическими средствами художественной гимнастики – физическими упражнениями под музыку;
- использование элементов художественной гимнастики в разнообразных формах физического воспитания дошкольников, основными из которых являются: организованные занятия, утренняя гимнастика, вечера досугов, выполнение гимнастических упражнений во время, отведенное для свободной игровой деятельности детей.

Медведева С.А. (РГПТУ, г. Екатеринбург)

ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ И ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ В ПЕРИОД ПОДГОТОВКИ К НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Начальный период обучения ребенка в школе – один из наиболее ответственных и сложных моментов в жизни детей, как в социально психологическом, так и в физиологическом плане. Это не только новые условия жизнедеятельности, это новые отношения, контакты, обязанности. Легче переносят период поступления в школу и лучше справляются с умственной и физической нагрузкой дети, которые обладают хорошим здоровьем, с нормативным уровнем функционирования всех систем организма и гармоничным физическим и психическим развитием. Критерием

благополучной адаптации детей к школе может служить благоприятная динамика работоспособности и ее улучшение на протяжении первого полугодия, отсутствие выраженных отрицательных изменений показателей состояния здоровья и хорошее усвоение программного материала.

Предлагается немало способов определения готовности ребенка к обучению, которые проводятся по медицинским и психофизиологическим критериям. Одни педагоги считают достаточным критерием – достижение определенной степени морфологического развития, другие связывают готовность непременно с умственным развитием, третьи считают необходимым условием – определенный уровень психического и личностного развития. Из всего этого следует считать, что готовность ребенка к систематическому обучению в школе – это тот уровень морфологического, функционального и психического развития, при котором требования систематического обучения не будут чрезмерными и не приведут к нарушению здоровья.

Аналогичные взгляды встречаются в работах А.В. Запорожца, где отмечается, что готовность к обучению в школе представляет собой целостную систему взаимосвязанных качеств детской личности, включая особенности ее мотивации, деятельности и сформированности механизмов волевой регуляции.

Важным критерием уровня школьной зрелости является определение работоспособности и ее динамики в процессе обучения. Воля шестилетнего ребенка еще недостаточно развита. Поэтому он не может долго с помощью только волевых усилий организовать себя на выполнение задания. Существенное изменение привычного образа жизни, умственные и эмоциональные нагрузки, резкое ограничение движений, уменьшение времени отдыха – все это отразится на работоспособности ребенка. Для преодоления этих трудностей требуется определенная зрелость всех систем организма, сформированность психических процессов, развитие моторных, зрительных, пространственных, речевых и других функций и, прежде всего, здоровья. Состояние здоровья ребенка и успешность его обучения тесно взаимосвязаны. При оценке состояния здоровья детей принято учитывать ряд основных факторов:

- уровень физического и нервно-психического развития;
- уровень функционирования основных систем организма;
- наличие или отсутствие хронических заболеваний;
- степень сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям внешней среды;
- степень социального благополучия семьи ребенка.

Начало обучения в школе влечет за собой изменение всего образа жизни ребенка, его деятельности и предъявляет серьезные требования к физическому и психическому развитию дошкольника.

Основной характеристикой системы дошкольного образования является состояние здоровья детей. Здоровыми детьми медико-педагогический персонал считают тех, которые активны, любознательны, жизнерадостны, устойчивы к неблагоприятным факторам внешней среды, сильны и выносливы, с высоким уровнем физического и умственного развития. К сожалению, статистика свидетельствует, что количество таких детей составляет всего 15%. А детей имеющих различные отклонения в здоровье по России насчитывается уже около 70%.

Более 30% детей, которые приходят в школу имеют нарушение осанки. Такие дети, как правило, страдают плохим зрением, заболеваниями органов дыхания, нервной системы, пищеварения. У них отмечается повышенная утомляемость и плохое самочувствие. Педагогам и родителям следует обратить внимание на осанку ребенка, так как учебная нагрузка связана со значительным статическим напряжением, длительной относительно неподвижной позой и резким снижением двигательной активности.

Около 20% детей имеют отклонения со стороны носоглотки. Затрудненное дыхание через нос, постоянно открытый рот, не проходящий насморк, частые ангины, отит – эти симптомы свидетельствуют о заболеваниях лор-органов. Препятствие поступлению кислорода в легкие и в различные клетки организма, особенно головного мозга, приводит к быстрой утомляемости, снижению работоспособности, ухудшению памяти и, как следствие, к комплексу школьных проблем.

Не менее актуальной проблемой является нарушение зрения у детей. Специалисты выявляют группу риска по развитию близорукости или «предмиопии». Сущность этого состояния заключается в том, что к 6–7 годам ребенок при нормальном развитии органов зрения должен иметь дальнозоркую рефракцию определенной величины (+1,0 диоптрия), так называемый «запас дальнозоркости». Если он такого запаса не имеет, то у такого ребенка имеется большой риск развития близорукости, особенно под влиянием различных неблагоприятных факторов.

Особое внимание следует уделить группе детей, у которых с первых дней в школе возникают проблемы – это дети с нарушениями нервно-психического здоровья. В возрасте 6–7 лет подобные нарушения встречаются у 15–20% детей. Поведение таких детей основывается на эмоциях. Чрезмерно беспокойные, суетливые, плаксивые, они постоянно кричат, сильно возбуждаются, долго не могут успокоиться, при малейшей неудаче обижаются. Встречаются и такие дети, которые наоборот проявляют

склонность к тормозным реакциям – застенчивые, нерешительные, робкие. Все эти внешние проявления неадекватного поведения чаще всего связаны с нарушением функционального состояния центральной нервной системы. Такие дети нуждаются в индивидуальном подходе.

Особое внимание при поступлении в школу заслуживают дети, у которых ведущей является левая рука. Перед началом обучения в школе необходимо определить ведущую руку, ту которой ребенок лучше владеет, которой будет учиться писать. Все свойства ведущей руки определяются сложной физиологической структурой распределения функций между правым и левым полушариями коры головного мозга. Около 90% людей имеют ведущую правую руку, и лишь примерно 10% – левую или одинаково хорошо владеют и правой, и левой рукой. При обучении леворуких детей обязательно должны учитываться их индивидуальные особенности развития.

На основании сказанного можно *заключить*, что для успешного обучения в школе ребенку необходима не только умственная, нравственно-волевая подготовка, но, прежде всего, физическая. К моменту поступления в школу, у ребенка должна быть сформирована способность переносить статические нагрузки, развито умение самостоятельно и творчески использовать накопленный двигательный опыт. Двигательная деятельность должна стать естественной потребностью каждого ребенка, независимо от его индивидуальной двигательной активности.

Существенный вклад медико-педагогического персонала в подготовке детей к обучению в начальной школе, а также применение разнообразных средств оздоровительно-развивающей направленности будут являться залогом хорошего здоровья, умственной и физической подготовки дошкольников.

Могилевская Т.Е. (РГПШУ, г, Екатеринбург)

СОДЕЙСТВИЕ ФОРМИРОВАНИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ СЮЖЕТНЫХ ЗАНЯТИЙ И СПОРТИВНО- ДИДАКТИЧЕСКИХ ИГР

Растить детей здоровыми, сильными, жизнерадостными – задача не только родителей, но и каждого дошкольного учреждения, так как в них дети проводят большую часть дня. С этой целью предусмотрены занятия по физической культуре, которые следует строить в соответствии с